



113 學年度第 1 學期第 16 週

# 學務通報

編輯指導：柳景沅

編輯督導：王秋文

處室組長：陳琪玲、洪啓翔、謝欣芳、劉憬旻、黃琦鳳

執行編輯：賴妍芳、林昕禹

出刊日期：113 年 12 月 13 日

## 壹、訓育組

- 一、12月13日(五)14:10-16:05 高三最後一次畢業紀念冊編輯小組課程，請畢編小組到力行樓第五電腦教室上課。
- 二、畢業紀念冊封面設計比賽，截稿時間於12月20日(五)請高三各班把握時間。

## 貳、生輔組

### 一、宣導事項：

- (一)請同學錢包隨身攜帶，切勿隨意放置書包內、課桌上後就離開教室。
- (二)若同學當日需要收繳較大金額，注意錢財不露白觀念，避免讓他人有機會犯錯。
- (三)請同學離開教室，記得鎖上窗戶及前後門(含後走廊)，避免物品遺失及他人進入。
- (四)同學未經師長同意，不可任意進入非自己班級教室，避免因物品遺失產生糾紛。
- (五)學校校區及週邊人行道為全面禁菸區，於校內外吸菸(含電子菸)，如經師長糾舉或經他人舉報衛生局，則依學校校規議處。

## 認識喪屍菸彈 依托咪酯



Q：什麼是**依托咪酯**？

A：依托咪酯是醫療用的麻醉劑，近年來被不肖份子製作成**菸彈**，以**電子菸**的形式濫用。

Q：吸食會造成什麼**影響**？

A：會造成手抖、全身發抖、僵直，甚至是**永久性神經損害**及**呼吸中止**等症狀。

Q：**依托咪酯**屬於第幾級**毒品**？

A：依托咪酯屬**第3級毒品**，製造、運輸、販賣第3級毒品者，處7年以上有期徒刑，得併科新臺幣1,000萬元以下罰金。



## 回 條

(※請沿虛線裁切，並於每週二放學前經導師簽章後，繳回學務處訓育組※)

\_\_\_\_年\_\_\_\_班已於\_\_\_\_月\_\_\_\_日向全班宣讀 113-1 第 16 週學務通報(113/12/09-113/12/13)

導師簽章\_\_\_\_\_

## 二、辦理銷過注意事項：

- (一)至學務處、總務處、輔導室等處室的銷過時數證明，若為影本則需請處室師長核章。
- (二)申請警告銷過者，完成勞動服務時數即可繳交銷過單；但申請小過、大過銷過者，仍須等待考核期結束後始可消除。

## 三、反詐騙宣導：《膽大當車手 人生路難走》

- (一)冷靜想想：當車手要賠那麼多錢，真的賺嗎？
- (二)查證資訊：不要輕信來路不明的訊息，可以撥打 165 反詐騙專線求證。
- (三)保護個資：千萬不要隨意透露個人銀行帳戶資訊。



## 四、網路使用宣導：

▲網路言語要小心，別逞一時口舌之快，造成觸法行為

網路行為	觸犯的法律規定
發表或散播批評、誹謗、不實的言論	刑法公然侮辱罪、誹謗罪、民法侵權行為
發表警告、恐嚇的言論	刑法恐嚇危害安全罪
上傳或散播不雅、破壞他人名譽的照片、影片，包含移花接木的不實照片	刑法公然侮辱罪、誹謗罪、妨害風化罪、妨害秘密罪、散布或販賣猥褻物品及製造持有罪
上傳攻擊行為的影片	刑法傷害罪
公布他人個資，包含人肉搜索後 po 他人個資	個人資料保護法、刑法妨害秘密罪
盜用他人帳號（以便冒名進行以上行為）	刑法無故入侵電腦罪

### 案例 1：

臺北市曾經發生 1 名國中男生向班上女同學告白遭拒後，透過群組公開向女同學發送恐嚇訊息，後來將她從群組刪除，且脅迫班上同學要一起排擠她，導致女同學瀕臨崩潰而轉學，身心受創。最後這名男同學依恐嚇罪嫌函送臺北地院少年法庭。

### 案例 2：

蝦皮商家擔心買家不取貨，而在聊聊中罵買家「幹，是不會取貨膩？」。這樣在私訊中罵人，被罵者可以依據民法第 184 條和第 195 條向罵人那方提告，請求對方損害賠償。

五、自12月2日(一)起，上學期間，松山路622號三叉路口交通壅塞，為疏緩交通確保安全，敬請配合以下事項：

(一)調整校門開放時間：

①號門：07:25前、08:10後。

②號門：07:20-08:10、16:05-16:20。

(二)其餘校門為車道門，不開放學生進出，請勿從其他門進出學校。

(三)禁止自行開關1號小門及行走車道門，行走時請注意左右來車等交通安全，切勿闖紅燈及低頭滑手機。

(四)家長接送至①號門車輛請勿迴轉，請直行到底左轉福德街繞行。



## 參、衛生組

**健康飲食宣導：**蛋白質來源多樣，豆魚蛋肉類除了提供優質蛋白質外，還提供多元營養素，如黃豆、黑豆作成的豆製品，飽和脂肪酸含量低，也富含類大豆異黃酮，具有抗氧化活性；海鮮及魚是質軟、脂肪低、含有 $\omega$ -3 (Omega-3) 脂肪酸，能減少身體的發炎反應；雞蛋含豐富的維生素A、B2、鐵、鋅等營養素，能促進皮膚及黏膜組織的增生及修復；而肉類中紅肉鐵質含量高，豬腰、豬肝等內臟類食物則富含鐵、維生素A及葉酸等，可適量補充。所以蛋白質不管是對生長發育的學童、孕產婦、長者，甚至素食者及健身運動者等各族群都非常重要，只要掌握「豆魚蛋肉一掌心」，份量達到自己手掌心的大小和厚度，就可以滿足一餐的建議量。

「選擇當季在地食材 對環境永續盡心力」除了要有足夠的蛋白質外，也要均衡攝取其他類別的食物，增加食物多樣性，以獲得不同的營養素。此外，選擇當季在地食材，營養價值高，品質好，更可達到節能減碳的目的。資料來源：衛生福利部國民健康署(<https://health99.hpa.gov.tw/news/18116>)。

## 肆、健康中心

12月的健康促進議題為性教育(含愛滋病預防)，同學可至健康中心拿取學習單填寫，總分80分以上，可記嘉獎或銷警告。

